BBS.ZOL.COM.CN

你有跟领导一起吃午餐的经验吗？是轻松话家常抑或总是战战兢兢？职场如战场，与领导一起共餐的短短几十分钟当然也包含了大大的学问！透过职场专家精辟独到的见解，让你在与领导午餐时，不仅吃得饱饱，也吃得聪明、吃得漂亮！

领导主动邀约吃午餐，该答应吗？

职场专家一致表示："当然要答应！"职场专家指出，既然来上班了，在工作时间内，你的时间跟人就算是公司的，遇到领导主动找你吃饭，有什么好拒绝的？即使你认为主动找你吃饭的领导很讨人厌、令你倒胃口，但仍应该要说服自己答应领导的邀约！这是为什么呢？职场专家说，其实跟领导一起吃午餐，有以下两个好处：一是可以藉此机会跟领导联络感情、建立形象。

二是可以进入公司核心内，趁机多了解公司内部事情。

因为平常大家在工作上各忙各的，很少有机会可以彼此了解、互相沟通；若能藉由吃一顿饭的机会多多交流，让领导更了解你，不仅以后在工作上遇到摩擦时可以降低冲突外；更能提升自己在领导心目中的形象，日后若遇到升迁机会，你获得提名的机会也会大幅增加。再者，吃一顿饭常免不了谈点公事，而领导代表了公司高层，对于公司内部运作与人事布局较为清楚；若能和领导一起吃顿午餐，对于这些工作本分以外的事项，你才能有更清楚的了解与掌握！

不想与领导共餐，如何拒绝？

职场专家指出，领导主动邀约吃饭，最好还是答应比较好。但若你真的觉得主动约你吃饭的领导很令你倒胃口，你不想因为他打坏了你好好吃一顿午餐的心情；或是真的已有待办事项等着处理，或是早已与别人约好在先不得不拒绝的话，则另当别论。职场专家表示，此时若要拒绝领导的邀约，不是简单一句："我不去耶！"就可轻松带过，当然更不可以说出"我并不想跟你一起吃午饭！"这样"自找死路"的话来。

职场专家说，要巧妙地拒绝领导的邀约，应该要用委婉谦恭的态度向领导表示自己待会儿还有重要的公事等着处理。就算没有重要的公事，只是自己真的不想跟这位领导一起吃饭，或是早已与心爱的人约好一起共享午餐时光，此时，"善意的谎言"是必要的。你可以用较

正当的理由跟领导说："不好意思，我身体不舒服没有胃口，想多休息"，也可以说"抱歉！我已有约在先"，就是不能草率地拒绝领导邀请！因为这样会让领导觉得你是否不愿意跟他一起吃饭，而产生过多不必要的联想。

领导藉由午餐机会套话时，该怎么应对?

职场专家送给大家八字箴言："时时如战、保持警戒"！专家说，有些领导因平时身处在高位，较不容易听到下层员工的心声，因此便会利用和员工一起吃饭的机会，趁员工心防较为松懈时问东问西、趁机套话。而身为员工，当然不能"傻到最高点"，领导套话时的语气和表情，当然也要仔细观察、小心应答；以免员工之间的"最高机密"被你这个大嘴巴

全盘托出，小心以后不仅没人敢跟你作朋友，甚至有可能排挤你、将你孤立喔！

专家指出，遇到喜欢向员工套话的领导，无非是想从员工身上得到某些想知道的讯息。而身为员工，千万不要以为领导向你问话是想跟你交好，就什么通通都讲出来了。要知道，在应答之间，牵涉到你的"职场道德价值判断"！一个聪颖的员工，一定要知道该说的就说，不该说的死也不能说，你可推托"这点我不清楚耶！"切记，不要随便就道人长短，否则最后会发生什么样的结果，可就要自己负责了。

有问题想反应，要怎么邀约领导共餐?

此时你应该先观察领导的心情，确定他并没有特别心烦或恼怒的时候，再主动向领导提出邀约较好。而向领导邀约一起吃午餐，可用比较轻松的口吻表示："领导有没有空，一起吃个饭吧！"或是"领导，我知道有家餐厅不错，要不要一起去试试？"切记态度绝对要轻松、自然，不要让人看出你另有用意；反正就算有别的目的也是等领导答应跟你一起吃饭时再找机会反应了。

不过，职场专家也表示，面对部分不喜欢拐弯抹角的领导，你也可以开宗明义地向他表示："我有些事想找你商量，不知是否可以一起吃个饭？"或是"我工作上遇到一些瓶颈想向你请教，不如我们一起吃个饭聊聊好吗？"通常聪慧的领导大多会答应邀约，因为员工也算是公司的资产，身为掌管这些资产的在上位者，当然也会愿意多花心思与员工多了解、沟通了。

一群人跟领导一起吃饭，你该怎么表现?

职场专家提到，碰到一群员工跟领导一起吃午餐的场合，有些人往往不知道是该吸引领导注意较好，还是低头猛吃、什么都不说比较好？其实，在一个群体中，总是会有几个较为活泼、外向的人，能自在地将气氛带得活络、轻松，也较能吸引领导的注意。如果你不是属于这个类型的人，建议还是不要强出头较好，以免讲的笑话很冷没人笑，或提的意见大家都不关心没人应答，这时可就尴尬了！

不过专家也表示，当然也不是从头到尾低头猛吃闷不吭声就行了！身处在公司这样的大群体里，当然也要适度表现自己的参与感，以免给人一种你很孤僻、冷漠的印象。你可以试着做个好观众，遇到有趣的场面时适时地拍手表示赞成，或是微笑以对，不需哗众取宠，更不需抢着出锋头，适当地表现就是最好的礼节了。

群体共吃午餐要怎样反应，才能上达天听?

职场专家指出，除非你想反应的事项是大家都共同认定的弊端，提出来讨论时大家都会举双手赞成的，否则给大家最好的建议是“找别的场合再说吧！”因为平时工作已经够紧张忙碌了，难得大家有机会可以一起坐下来好好吃顿饭，在这样轻松愉快的用餐时间里，没人喜欢还要绷紧神经听你在那边高谈阔论、纠正缺失。而且就算你说的都是事实，一个有想法的领导，也不可能只听你的片面之词就相信；他一定会适当地评估状况，做最合宜的拿捏，不会是你说的就算数了！

再者，有部分领导是极度不喜欢会“打小报告”的员工，因为这样的员工只会为他“制造问题”，让他在忙碌的工作之余，还要分神去处理你所反应的事项，光凭这一点，可是会让领导对你的评价大大地扣分的！除非是领导自己主动问起，否则最好不要自己开头，也不要在其它员工面前开怀地畅所欲言、大肆批评，不然最后自己在员工的圈子里是怎么死的都不知道喔！

与领导午餐必须注意的事项……

专家提醒，跟领导吃饭也要有像在上班时的心情，领导问话就适当、小心地应答，不要随便高谈阔论，也不要讲一些会让人听起来很不舒服的事情；更不要轻率地打断领导的话语或是抢领导的锋头。

另外，要注意保持该有的微笑与礼节，在结帐时除非是各付各的单，否则最好还是要有“抢着掏钱买单的动作”；千万不要自己吃饱屁

股拍一拍就准备走人，把帐留给领导替你付（除非是大老板说要请客）。专家指出，职场上的人际关系就像跳舞，不是他进你退、就是你进他退。时时提醒自己要随时察言观色并且谨言慎行，千万别让自己成为一个人见人厌的“职场讨厌鬼”。

请上司吃饭的学问

酒一定要备两种以上!拿出来让上司选一样两瓶(领导喝不喝也就是这两种)让上司挑人家不一定点出啥来(有水平的上司)看你的实力了!茅台、五粮液、红花郎、都不错!

打听清楚上司的饮食禁忌!(不知道后面再说)带上烟!一条+一包!上司最喜欢的牌子!一定要真烟!

菜!(有水平的上司)先推让一下!然后会问问大家有没有忌口的!这时要装作自己是什么都吃的动物那怕食物过敏!待领导点完再接过菜单问服务员最贵的菜!然后用手指指卖相豪华但不是超贵的菜!(声东击西!注意要看上司和事情大小决定,大事千万别来这招)总的思路是把桌子摆满!但也不要太夸张!现在的领导不是酒囊饭袋了!吃的比较精致!再加上一些症状所以一定要让领导高兴，最笨的方法是提前给餐厅的点单员沟通好!结合大家的忌口和经济实力点上司最喜欢的!看似不经意的推荐其实都是上司的意思!

找好饭桌帮手!

喝酒!布菜!看领导喜欢了!能说会道的女孩最让人放心啊!关键时刻敬酒领导也不好推辞!(女领导我还没碰见过!)

饭桌上不谈事!这是规矩!只是点一下!聊些领导擅长的!收藏!奥运!车子!轶闻!太多了!但最好是高雅的领导在外边没喝醉那都是讲原则的!

吃完看领导意思!(在饭桌上不把领导喝高兴这顿饭只能是报名饭了)打牌!KTV!桑拿!但是别随便给领导安排余兴节目!

最后把装醉的领导送回家!(有车接的把烟酒带给司机!给领导说一声“一点意思!领导您笑纳”别让司机检漏)第二天领导醒了打电话过去!领导就会心领神会了!后面的事情就好办了!

一句话:礼多人不怪

请客吃饭的各环节

——座次

总的来讲，座次是“尚左尊东”、“面朝大门为尊”。若是圆桌，则正对大门的为主客，主客左右手边的位置，则以离主客的距离来看，越靠近主客位置越尊，相同距离则左侧尊于右侧。若为八仙桌，如果有正对大门的座位，则正对大门一侧的右位为主客。如果不正对大门，则面东的一侧右席为首席。

如果为大宴，桌与桌间的排列讲究首席居前居中，左边依次2、4、6席,右边为3、5、7席，根据主客身份、地位，亲疏分坐。

如果你是主人，你应该提前到达，然后在靠门位置等待，并为来宾引座。如果你是被邀请者，那么就应该听从东道主安排入座。

一般来说，如果你的老板出席的话，你应该将老板引至主座，请客户最高级别的坐在主座左侧位置。除非这次招待对象的领导级别非常高。

——点菜

如果时间允许，你应该等大多数客人到齐之后，将菜单供客人传阅，并请他们来点菜。当然，作为公务宴请，你会担心预算的问题，因此，要控制预算，你最重要的是要多做饭前功课，选择合适档次的请客地点是比较重要的，这样客人也能大大领会你的预算。况且一般来说，如果是你来买单，客人也不太好意思点菜，都会让你来作主。如果你的老板也在酒席上，千万不要因为尊重他，或是认为他应酬经验丰富，酒席吃得多，而让他/她来点菜，除非是他/她主动要求。否则，他会觉得不够体面。

如果你是赴宴者，你应该知道，你不该在点菜时太过主动，而是要让主人来点菜。如果对方盛情要求，你可以点一个不太贵、又不是大家忌口的菜。记得征询一下桌上人的意见，特别是问一下“有没有哪些是不吃的?”或是“比较喜欢吃什么?”让大家感觉被照顾到了。点菜后，可以请示“我点了菜，不知道是否合几位的口味”，“要不要再来点其它的什么”等等。

点菜时，一定要心中有数。点菜时，可根据以下三个规则：

一是看人员组成，一般来说，人均一菜是比较通用的规则。如果是男士较多的餐会可适当加量。二看菜肴组合。一般来说，一桌菜最好是有荤有素，有冷有热，尽量做到全面。如果桌上男士多，可多点

些荤食，如果女士较多，则可多点几道清淡的蔬菜。三是看宴请的重要程度。

若是普通的商务宴请，平均一道菜在50元到80元左右可以接受。如果这次宴请的对象是比较关键人物，那么则要点上几个够份量的菜，例如龙虾、刀鱼、鲥鱼，再要上规格一点，则是鲍鱼、翅粉等。

还有一点需要注意的是，点菜时不应该问服务员菜肴的价格，或是讨价还价，这样会让你公司在客户面前显得有点小家子气，而且客户也会觉得不自在。

——喝酒

俗话说，酒是越喝越厚，但在酒桌上也有很多学问讲究，以下总结了一些酒桌上的你不得不注意的小细节。

细节一，上司相互喝完才轮到自己敬酒。敬酒一定要站起来，双手举杯。

细节二，可以多人敬一人，决不可一人敬多人，除非你是上司。

细节三，自己敬别人，如果不碰杯，自己喝多少可视乎情况而定，比如对方酒量，对方喝酒态度，切不可比对方喝得少，要知道是自己敬人。

细节四，自己敬别人，如果碰杯，一句，我喝完，你随意，方显大度。

细节五，记得多给上司或客户添酒，不要瞎给领导代酒，就是要代，也要在领导或客户确实想找人代，还要装作自己是因为想喝酒而不是为了给领导代酒而喝酒。比如领导甲不胜酒力，可以通过旁敲侧击把准备敬领导甲的人拦下。

细节六，端起酒杯(啤酒杯)，右手扼杯，左手垫杯底，记着自己的杯子永远低于别人。自己如果是上司，知趣点，不要放太低，不然怎么叫下面的做人?

细节七，如果没有特殊人物在场，碰酒最好按时针顺序，不要厚此薄彼。

细节八，碰杯，敬酒，要有说词，不然，我tmd干吗要喝你的酒?

细节九，桌面上不谈生意，喝好了，生意也就差不多了，大家心里面了了然，不然人家也不会敞开了跟你喝酒。

细节十，假如，纯粹是假如，遇到酒不够的情况，酒瓶放在桌子中间，让人自己添，不要傻不垃圾的去一个一个倒酒，不然后面的人没酒怎么办?

——倒茶

这里所说的倒茶学问既适用于客户来公司拜访，同样也适用于商务餐桌。

首先，茶具要清洁。客人进屋后，先让坐，后备茶。冲茶之前，一定要把茶具洗干净，尤其是久置未用的茶具，难免沾上灰尘、污垢，更要细心地用清水洗刷一遍。在冲茶、倒茶之前最好用开水烫一下茶壶、茶杯。这样，既讲究卫生，又显得彬彬有礼。如果不管茶具干净不干净，胡乱给客人倒茶，这是不礼貌的表现。人家一看到茶壶、茶杯上的斑斑污迹就反胃，怎么还愿意喝你的茶呢? 现在一般的公司都是一次性杯子，在倒茶前要注意给一次性杯子套上杯托，以免水热烫手，让客人一时无法端杯喝茶。

其次，茶水要适量。先说茶叶，一般要适当。茶叶不宜过多，也不宜太少。茶叶过多，茶味过浓;茶叶太少，冲出的茶没啥味道。假如客人主动介绍自己喜欢喝浓茶或淡茶的习惯，那就按照客人的口胃把茶冲好。再说倒茶，无论是大杯小杯，都不宜倒得太满，太满了容易溢出，把桌子、凳子、地板弄湿。不小心，还会烫伤自己或客人的手脚，使宾主都很难为情。当然，也不宜倒得太少。倘若茶水只遮过杯底就端给客人，会使人觉得是在装模作样，不是诚心实意。

再次，端茶要得法。按照我国的传统习惯，只要两手不残废，都是用双手给客人端茶的。但是，现在有的年青人不懂得这个规矩，用一只手把茶递给客人了事。双手端茶也要很注意，对有杯耳的茶杯，通常是用一只手抓住杯耳，另一只手托住杯底，把茶端给客人。没有杯耳的茶杯倒满茶之后周身滚烫，双手不好接近，有的同志不管三七二十一，用五指捏住杯口边缘就往客人面前送。这种端茶方法虽然可以防止烫伤事故发生，但很不雅观，也不够卫生。请试想，让客人的嘴舐主人的手指痕，好受吗?

添茶，如果上司和客户的杯子里需要添茶了，你要义不容辞地去做。你可以示意服务生来添茶，或让服务生把茶壶留在餐桌上，由你

自己亲自来添则更好，这是不知道该说什么好的时候最好的掩饰办法。当然，添茶的时候要先给上司和客户添茶，最后再给自己添。

——离席

一般酒会和茶会的时间很长，大约都有在两小时以上。也许逛了几圈，认得一些人后，你很快就想离开了。这时候，中途离席的一些技巧，你不能不了解。

常见一场宴会进行得正热烈的时候，因为有人想离开，而引起众人一哄而散的结果，使主办人急得真跳脚。欲避免这种煞风景的后果，当你要中途离开时，千万别和谈话圈里的每一个人一一告别，只要悄悄地和身边的两、三个人打个招呼，然后离去便可。

中途离开酒会现场，一定要向邀请你来的主人说明、致歉，不可一溜烟便不见了。

和主人打过招呼，应该马上就走，不要拉着主人在大门大聊个没完。因为当天对方要做的事很多，现场也还有许多客人等待他(她)去招呼，你占了主人太多时间，会造成他(她)在其他客人面前失礼。

有些人参加酒会、茶会，当中途准备离去时，会一一问她所认识的每一个人要不要一块走。结果本来热热闹闹的场面，被她这么一鼓动，一下子便提前散场了。这种闹场的事，最难被宴会主人谅解，一个有风度的人，可千万不要犯下这钟错误。

酒桌三十六计

总说：

1、真做假时得先真。以真遮假，假必先真。前题是你得有半斤白酒的量，男士半斤量是酒场最低准入门槛(低度白酒，目前绝大多数喝这个)。酒宴开始，众人皆醒，不能掺假，喝下便是，做假好戏留在后头。

2、施放烟幕不呈能。酒桌不当英雄，谁呈能谁多喝，谁多喝谁傻谁难受谁遭罪。不妨稍做痛苦状，可怜兮兮自称昨日已高，胃痛甚巨今仍不适也。为了哥们友情，还得喝!就算酒友不同情，也得杯下留情了。

3、只喝白酒不掺酒。喝了白酒再喝啤酒醉得快，酒场中人多数都是以喝啤酒为强项尤以少壮派为然，你咬定不喝色酒、啤酒，这样白

酒就可从容喝来先应付着，以观酒场风云之变幻潮流之走势。最后众人都不喝白酒而开喝啤酒时就是逼你喝啤酒，也就一杯半杯，掺假主动权仍在你手。

4、含在嘴里吐在碗。不得不喝喝而不咽，趁无人不注意时吐出。也可借擦嘴是吐于餐巾上。功夫很重要，含酒能抽烟，含酒端茶杯(不要玻璃杯要不透明的，吐酒里菜叶及混浊状免被发现)，吐若干口后，借让服务员换热茶倒掉。

5、手急眼快倒在外。待三杯落肚，豪言壮语此起彼伏，此时可手抚酒杯把玩，观察众人注意所有人的眼球做洗耳恭听状，不时颔首会意做受益状。伺无人看自己时，速度快幅度小，迅倒酒入自己的茶杯、食盘(盘中可先放菜若干餐巾纸以为遮蔽)，条件好可倒地上。他人间敬酒时、共同举杯仰头饮酒时，也是往外倒酒的好机会。只要不往嘴里倒，随便哪儿都行。

6、只爱白酒不好色。MM总是酒局的一靓点，常引无数老小男人竞折腰。酒场的游戏规则是酒话不如屁，酒精会暂时麻醉凡夫俗子的神经致短时自控能力降低，酒醒后起作用的是银子绝不会是酒，改革开放了，男女都一样的了。万勿为色扰，自己先喝倒。还有别光看MM忘了倒酒，酒过三旬眼迷离者渐多，瞅女人便是米女心多有“旁注”，杯中酒自可随意往外倒矣。

7、大口饮水胃中淡。酒对人体的心肝脾肺肾损害极大，为革命之本钱，菜亦可少用水不能不喝，可冲淡酒精度，亡羊补牢吧。

分说

第一套 胜战计

第一计 瞒天过海 以水代酒(关键在于巧妙，不露为高手)

第二计 围魏救赵 英雄救美(有时得有骑士精神)

第三计 借刀杀人 哥们代喝(死党很重要)

第四计 以逸待劳 常去厕所(躲一杯是一杯，必要时一吐了之)

第五计 趁火打劫 醉中取胜(众人皆醉我独醒)

第六计 声东击西 能赖就赖(端起杯先白划，放下接着唠，端起再唠，放下还唠)

第二套 敌战计

第七计 无中生有 酒喀常说(说到别人迷糊)

第八计 暗渡陈仓 偷着倒酒(注意别倒进邻坐女生鞋壳里)

第九计 隔岸观火 少说多看(有时得沉默瞅准机会)

第十计 笑里藏刀 先来自搂(取得信任，掺假时不易被怀疑)

第十一计 李代桃僵 酒友相帮(不能见死不救是酒德)

第十二计 顺手牵羊 先吃一口(有菜垫底醉得慢)

第三套 攻战计

第十三计 打草惊蛇 全换大碗(吓他一跳)

第十四计 借尸还魂 吐了再喝(去厕所目的之一)

第十五计 调虎离山 再喝不晚(不抢酒喝，悠着来)

第十六计 欲擒故纵 各位随意(礼让)

第十七计 抛砖引玉 先喝为敬(弄个实诚爷们)

第十八计 擒贼擒王 先敬领导(官本位嘛，领导夹菜你转桌的事不干)

第四套 混战计

第十九计 釜底抽薪 司机先走(不喝没辄)

第二十计 混水摸鱼 连洒带倒(掺假之一法)

第二十一计 金蝉脱壳 与妻有约(接了电话就闪)

第二十二计 关门捉贼 灌醉拉倒(钻桌子好玩儿)

第二十三计 远交近攻 喝倒了算(不言不语一醉方休，梦里乾坤大壶中日月长，醉人不醉心为上乘)

第二十四计 假途伐虢 隔桌敬酒(不忘礼数，借机“卖”酒此其时也)

第五套 并战计

第二十五计 偷梁换柱 杯中装水(真做假是假亦真)

第二十六计 指桑骂槐 酒德在先(人实在喝酒才能实在，感情铁喝吐血，缘分啊)

第二十七计 假痴不颠 心中有数(装醉)

第二十八计 上屋抽梯 酒瓶全启(手把瓶，杯盅酒)

第二十九计 树上开花 地上洒酒(小把戏，喝酒掺假，继续)

第三十计 反客为主 敬酒主动(必须喝好，傻呀)

第六套 败战计

第三十一计 美人计 红颜陪酒(秀色不仅可餐，美女的功能不亚于酒)

第三十二计 空城计 喝没还有(带足银子)

第三十三计 反间计 就高下驴(不恋酒不磨叽)

第三十四计 苦肉计 先罚三杯(整个好印象)

第三十五计 连环计 论番敬酒(非整倒你不可)

第三十六计 走为上 不行就撤(该撤就撤，一走了之)